

---

Subject: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [stanton](#) on Sat, 13 Mar 2021 09:46:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo liebe Leidensgenossen,

das Thema Haarverlust beschäftigt mich schon seit Anfang 20, somit habe ich im Lauf der Jahre sporadisch immer mal wieder recht intensiv hier gelesen. Nun will ich es doch noch mal genauer wissen und würde mich über einige Meinungen bezogen auf meinen vielleicht etwas speziellen Fall freuen. Hoffe, ich überstrapaziere eure Aufmerksamkeit nicht, wenn ich etwas aushole.

Erstmals aufgefallen war mir der Haarausfall wie gesagt bereits als Twen. Mein damaliger Dermatologe bestätigte mir, dass es sich um erblich bedingten Ausfall handelte, um relativ starken sogar. Onlinerecherche war damals noch nicht, aber ich bekam Wind vom möglichen "Wundermittel" Minoxidil. Ich konnte meine Internistin breitschlagen, mir das Blutdruckmittel Lonolox zu verschreiben. Habe das oral eingenommen, es bisweilen aber auch aufgelöst einzumassieren versucht.

Nach einigen Wochen oder Monaten sagte die Internistin: 'Ich hab mich jetzt mal näher mit den Nebenwirkungen beschäftigt, du bekommst das nicht mehr von mir verschrieben.' Damit war das Experiment vorbei und seither fallen die Haare Tag für Tag, Jahr für Jahr aus. Angesichts der regelmäßigen Bündel im Abfluss hätte ich damit gerechnet, dass es binnen weniger Jahre vorbei sein würde mit der Pracht - ganz so fix ging es dann doch nicht. Dennoch wurde es natürlich sichtlich dünner, während die Geheimratsecken immer mehr Territorium eroberten.

Tatsächlich ist es mir nie gelungen, meinen inneren Frieden mit der Sache zu machen. Der Grund, weshalb ich nach Minoxidil nichts unternommen habe, war, dass ich ab Mitte 20 langem mit massiven Gesundheitsproblemen zu tun hatte. Wenn man es zusammenfassen will, sprang mein Immunsystem auf alles Mögliche an. Ich hatte mit zahllosen Unverträglichkeiten zu kämpfen. Da das auch Lebensmittel sehr stark betraf, konnte ich mich nur sehr einseitig ernähren. Auch Medikamente aller Art vertrug ich sehr schlecht. Immunglobuline waren ständig massiv erhöht, der Körper gewissermaßen im permanenten Ausnahme- und Verteidigungszustand.

Da ich es nicht riskieren konnte, meine Gesundheit noch mehr ruinieren, verboten sich sämtliche Experimente in Sachen Haarerhalt.

Vor etwa drei Jahren hat sich das mit den Unverträglichkeiten ein ganzes Stück verbessert. Ich kann mittlerweile endlich wieder "normal" essen, nahm binnen 8 Monaten knapp 40 kg ab und kann auch wieder moderat Sport machen. Das ist geil. Auch wenn noch nicht alles wieder normal ist, fühlt sich das durchaus an wie ein neues Leben. Ich brenne darauf, vieles nachzuholen, was mir aufgrund der Erkrankung so lange nicht möglich war.

Vielleicht sollte ich einfach dankbar sein und das genießen. Und dennoch fühlt es sich etwas paradox für mich an, mich einerseits wieder zwanzig Jahre jünger zu fühlen, durch mein Spiegelbild aber genau das Gegenteil signalisiert zu bekommen: Haarpracht immer lichter (und

grauer, aber dagegen ist ja erst recht kein Kraut gewachsen). Und natürlich gibt es auch eine ganze Menge – zumeist humorvolle – Kommentare, die einem die Veränderung immer wieder bewusst machen.

Kompensieren ließ sich die Ausdünnung eine ganze Weile durch immer kürzere Haarschnitte, bis zuletzt runter auf 2 cm. Aber erstens bin ich kein Glatzentyp und zweitens rettet das mittlerweile auch immer weniger. Frisch gewaschen wird die Kopfhaut noch gerade so abgedeckt, ansonsten schimmert sie immer stärker durch. Dachte zwischenzeitlich eigentlich, ich hätte meinen Frieden damit gemacht, aber so richtig stimmt das doch nicht. Ich würde die optische Vergreisung ganz gerne noch ein wenig aufhalten, gerade angesichts vieler gewissermaßen verpasster Jahre kommt mir die einfach noch ein bisschen zu früh.

Daher habe ich mich nun doch mal durchgerungen hier zu posten und eure Meinung zu erfragen.

Aufgrund meiner Vorgeschichte will ich meine Gesundheit allerdings nicht meiner Eitelkeit opfern. Speziell von Finasterid will ich daher die Finger lassen, das ist mir einfach nicht geheuer, auch wenn es für einige ja gut und auch nebenwirkungsfrei zu funktionieren scheint.

Minox alleine wiederum scheint nicht so viel ausrichten zu können. Erst recht nicht in den fortgeschrittenen Stadien. Bei mir sind es mittlerweile drei Jahrzehnte Haarausfall.

Was denkt ihr? Sollte ich mit dem Gang der Natur abfinden oder seht ihr irgendeine erfolgversprechende Option? Würde mich sehr über Rückmeldungen freuen.

P.S. Kann demnächst auch mal ein paar Bilder posten, aber vielleicht lässt sich auch allgemein etwas dazu sagen.

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [pilos](#) on Sat, 13 Mar 2021 10:04:21 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ein bild wäre schneller, als romane lesen :p

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [stanton](#) on Sat, 13 Mar 2021 11:37:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja, leuchtet ein. :) Werd die Tage mal Fotos machen. Ging mir darum, die Ausgangssituation jenseits des Status zu beschreiben - Alter, Dauer des Ausfalls, gesundheitlicher Background. Und dachte, vielleicht lässt sich anhand dessen beispielsweise schon mal sagen: Mit 50 brauchste mit Minox gar nicht erst anfangen, schon gar ohne Unterstützung durch Fin. - Oder gerne natürlich auch was Positiveres. ;)

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?  
Posted by [DetConan](#) on Sat, 13 Mar 2021 11:58:48 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

stanton schrieb am Sat, 13 March 2021 12:37Ja, leuchtet ein. :) Werd die Tage mal Fotos machen. Ging mir darum, die Ausgangssituation jenseits des Status zu beschreiben - Alter, Dauer des Ausfalls, gesundheitlicher Background. Und dachte, vielleicht lässt sich anhand dessen beispielsweise schon mal sagen: Mit 50 brauchste mit Minox gar nicht erst anfangen, schon gar ohne Unterstützung durch Fin. - Oder gerne natürlich auch was Positiveres. ;)

Du bist 50? Mit 50 sollten doch andere Prioritäten im Vordergrund stehen als die Matte auf dem Kopf :d

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?  
Posted by [Marsl](#) on Sat, 13 Mar 2021 13:43:32 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schonendere Behandlungsmethoden wären Mincroneedling (1,5mm 1x Woche) evtl. mit der 2% Variante unterstützen. Je nachdem, ob du Minox jetzt komplett rausnimmst oder nicht. Aufgrund deiner vergangenen Unverträglichkeiten und abhängig davon inwiefern deine Ernährung aktuell noch einseitig ist könnte es sinnvoll sein zu untersuchen, ob bei dir bestimmte Vitamine oder Mineralien zu kurz kommen.

Ansonsten könnte man noch das Thema Haartransplantation in den Raum werfen. Das ist aber sehr abhängig von deinem aktuellen Haarstatus und auch inwieweit dein AGA stand heute verlangsamt/gestoppt ist.

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?  
Posted by [stanton](#) on Sat, 13 Mar 2021 16:29:30 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@DetConan: Naja, genau deshalb hatte ich etwas ausgeholt und den "Roman" geschrieben. ;) Hatte 'ne recht ausgedehnte besch\*\*\*\*\* Zeit und deshalb fühlt sich das für mich halt noch als etwas "zu früh" an. Kann man albern finden, ist aber halt so. Wenn sich das also noch etwas aufhalten lässt, fänd ich das schön.

Natürlich gibt es IMMER Wichtigeres, in jedem Alter. Ich vermute trotzdem, selbst 80-jährige freuen sich im Zweifelsfall über volles Haupthaar. Man muss nicht durch die Clubs ziehen und Chicks abschleppen wollen, um an seiner Lockenpracht zu hängen. ;) Volles Haar ist IMMER

cooler. Frage ist natürlich, wieviel Aufwand/Kohle/Risiko/Stress ist einem das wert.

@Marsi: Danke für die Anregung. Mit Microneedling hatte ich mich tatsächlich noch gar nicht auseinandergesetzt. Werd ich mal tun, klingt erstmal gar nicht schlecht. Ernährung ist bei mir top mittlerweile, auch da versuche ich "nachzuholen" und meinem Körper zumindest jetzt optimale Versorgung zukommen zu lassen, auf die er so lange verzichten musste. Hautärztin hatte auch schon an Biotin gedacht, aber es gibt keinerlei Mangel (mehr).

Fotos folgen wie gesagt bald. Hatte heute einfach spontan gepostet, nachdem ich den Einstieg ins Board irgendwie schon ewig vor mir hergeschoben hatte. Nun will ich aber doch mal herausfinden, ob ich das Thema zu den Akten legen muss oder es noch Optionen gibt.

Das einzige, was ich in den letzten zwei Jahren probiert hatte, war Koffein auf die Kopfhaut. Außer dem recht penetranten Geruch des Zeugs habe ich aber keine Wirkung erkennen können.

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsi](#) on Sat, 13 Mar 2021 16:55:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Tom10](#) on Sat, 13 Mar 2021 17:51:16 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Marsi schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [stanton](#) on Sat, 13 Mar 2021 18:30:57 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten. Werde ich auf jeden Fall machen, danke.

Für die Haut schlecht? Dachte, das sei von Haus aus sogar eine kosmetische Behandlung. Aber ok, ich sollte mich da tatsächlich erstmal einlesen. ;)

“Erfahrungen mit Minox” ist übertrieben. Hatte es damals (Anfang der 90er!) nur recht kurz verschrieben bekommen, bevor die Internistin das nicht mehr verantworten wollte. Allerdings fand ich das, was ich hier im Board dazu gelesen hatte, jetzt auch nicht so vielversprechend. Kann mich an einen User erinnern, dessen Namen ich nicht mehr weiß. Der verteidigte Minox sehr vehement gegen all die Skeptiker, war selber hochzufrieden mit der Behandlung. Bis das irgendwann extrem kippte, offenbar gingen ihm plötzlich, trotz fortgesetzter Behandlung, sehr schnell sehr viele Haare aus. Klang nicht schön.

Eigentlich waren damit Fin (aus gesundheitlichen Gründen) und Minox (Berichte über Wirksamkeit) für mich vom Tisch. Bis mir meine Friseurin den Floh nochmal ins Ohr setzte. Sie meinte fast etwas vorwurfsvoll, wenn ich “nichts machen” würde, würde da oben bald nicht mehr viel da sein. Auf meine erstaunte Nachfrage stellte sich heraus, dass sie mit “machen” Minox meinte. Klang bei ihr so, als sei das eine todsichere Sache.

Ich argumentierte ein wenig mit meinem hier aufgeschnappten Halb- bis Viertelwissen, aber sie war anhand der Rückmeldungen von Kunden (oder Kundinnen?) überzeugt, dass das funktioniert. Seither fühlte ich mich fast etwas “schuldig”, dass ich “nichts mache”. :d

Vielleicht wäre das also nochmal einen Versuch wert. Und ja, ich weiß: Mit Bildern lässt sich das alles besser beurteilen. Werden nachgeliefert. ;)

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsl](#) on Sat, 13 Mar 2021 18:43:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [DetConan](#) on Sun, 14 Mar 2021 08:33:55 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

<https://www.youtube.com/watch?v=PBCLZm4nB9M>

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsl](#) on Sun, 14 Mar 2021 08:41:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DetConan schrieb am Sun, 14 March 2021 09:33Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

<https://www.youtube.com/watch?v=PBCLZm4nB9M>

0 seriöse Belege für irgendwas. Wenn du was belastbares hast - her damit.

Edit:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4458936/>

"Microneedling has recently been reported to be promising and safe treatment modality in the treatment of AGA."

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jdv.14722>

"No side-effects have been reported so far in the literature, and microneedling appears to be quite safe. Possible side-effects due to topical anaesthetics and infections should, however, be considered."

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Tom10](#) on Sun, 14 Mar 2021 09:20:30 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43 Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsl](#) on Sun, 14 Mar 2021 09:47:08 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 10:20 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43 Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

Ich glaube es ist schwer zu zeigen, dass diese Behandlungsmethoden nur kurzzeitig wirken oder ob einfach der HA verursacht durch DHT-Sensitivität Überhand nimmt. Komplette ohne Minox etc. könnte der HA theoretisch schon weiter fortgeschritten sein.

Ich denke das dürfte wissenschaftlich unglaublich aufwändig sein zu untersuchen, daher stehen diesbezüglich nur Hypothesen im Raum.

Gedankenspiel:

Vielleicht ist man mit der regelmässigen Anwendung von Minox nach 15-20 Jahren von NW1,5 auf NW3 gestiegen, obwohl man ohne Minox vielleicht bereits bei NW4 angekommen wäre. Hat Minox dann gewirkt - bzw. ist es ein Erfolg?

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [DetConan](#) on Sun, 14 Mar 2021 10:14:31 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 10:20 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43 Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

Es geht hauptsächlich um das Verlangsamen.

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsl](#) on Sun, 14 Mar 2021 10:21:14 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DetConan schrieb am Sun, 14 March 2021 11:14 Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 10:20 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43 Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf

verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

Es geht hauptsächlich um das Verlangsamen.

Exakt. So lange wir nicht gezielt in unsere Genetik eingreifen können bleibt das unser einziger Angriffspunkt.

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Tom10](#) on Sun, 14 Mar 2021 10:30:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Marsl schrieb am Sun, 14 March 2021 10:47Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 10:20Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.B. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

Ich glaube es ist schwer zu zeigen, dass diese Behandlungsmethoden nur kurzzeitig wirken oder ob einfach der HA verursacht durch DHT-Sensitivität Überhand nimmt. Komplette ohne Minox etc. könnte der HA theoretisch schon weiter fortgeschritten sein.

Ich denke das dürfte wissenschaftlich unglaublich aufwändig sein zu untersuchen, daher stehen diesbezüglich nur Hypothesen im Raum.

Gedankenspiel:

Vielleicht ist man mit der regelmässigen Anwendung von Minox nach 15-20 Jahren von NW1,5 auf NW3 gestiegen, obwohl man ohne Minox vielleicht bereits bei NW4 angekommen wäre. Hat Minox dann gewirkt - bzw. ist es ein Erfolg?

Tut mir leid aber du machst dir was vor. Ma merkt dass die Verzweiflung recht gross ist bei den HA Geplagten und man versucht sich an jeden Strohalm zu klammern. Das einzige Mittel was nachweislich auf Dauer was bringen kann ist Fin.

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsl](#) on Sun, 14 Mar 2021 10:44:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 11:30 Marsl schrieb am Sun, 14 March 2021 10:47 Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 10:20 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43 Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

Ich glaube es ist schwer zu zeigen, dass diese Behandlungsmethoden nur kurzzeitig wirken oder ob einfach der HA verursacht durch DHT-Sensitivität Überhand nimmt. Komplette ohne Minox etc. könnte der HA theoretisch schon weiter fortgeschritten sein.

Ich denke das dürfte wissenschaftlich unglaublich aufwändig sein zu untersuchen, daher stehen diesbezüglich nur Hypothesen im Raum.

Gedankenspiel:

Vielleicht ist man mit der regelmässigen Anwendung von Minox nach 15-20 Jahren von NW1,5 auf NW3 gestiegen, obwohl man ohne Minox vielleicht bereits bei NW4 angekommen wäre. Hat Minox dann gewirkt - bzw. ist es ein Erfolg?

Tut mir leid aber du machst dir was vor. Ma merkt dass die Verzweiflung recht gross ist bei den HA Geplagten und man versucht sich an jeden Strohalm zu klammern. Das einzige Mittel was

nachweislich auf Dauer was bringen kann ist Fin.

Du weißt doch gar nicht, was ich anwende und was nicht. Tut auch nichts zu Sache persönlich zu werden.

Ich ging nur auf mögliche Behandlungsmethoden ein, da für den TE unter anderem Fin keine Option ist.

Fin ist der Goldstandard. Dann kommt lange nichts, aber an 2. Stelle ist nach allgemeinem Konsens meines Wissens nach Minox zu finden. Das von der Wirkkraft doch tatsächlich einige Downsides hat - dagegen gehe ich gar nicht an. Es kann dennoch ein Werkzeug im Gesamtrepertoire sein um den HA zu verlangsamen.

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Tom10](#) on Sun, 14 Mar 2021 10:56:34 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Marsl schrieb am Sun, 14 March 2021 11:44Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 11:30Marsl schrieb am Sun, 14 March 2021 10:47Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 10:20Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

Ich glaube es ist schwer zu zeigen, dass diese Behandlungsmethoden nur kurzzeitig wirken oder ob einfach der HA verursacht durch DHT-Sensitivität Überhand nimmt. Komplette ohne Minox etc. könnte der HA theoretisch schon weiter fortgeschritten sein.

Ich denke das dürfte wissenschaftlich unglaublich aufwändig sein zu untersuchen, daher stehen diesbezüglich nur Hypothesen im Raum.

Gedankenspiel:

Vielleicht ist man mit der regelmässigen Anwendung von Minox nach 15-20 Jahren von NW1,5 auf NW3 gestiegen, obwohl man ohne Minox vielleicht bereits bei NW4 angekommen wäre. Hat Minox dann gewirkt - bzw. ist es ein Erfolg?

Tut mir leid aber du machst dir was vor. Man merkt dass die Verzweiflung recht gross ist bei den HA Geplagten und man versucht sich an jeden Strohalm zu klammern. Das einzige Mittel was nachweislich auf Dauer was bringen kann ist Fin.

Du weißt doch gar nicht, was ich anwende und was nicht. Tut auch nichts zu Sache persönlich zu werden.

Ich ging nur auf mögliche Behandlungsmethoden ein, da für den TE unter anderem Fin keine Option ist.

Fin ist der Goldstandard. Dann kommt lange nichts, aber an 2. Stelle ist nach allgemeinem Konsens meines Wissens nach Minox zu finden. Das von der Wirkkraft doch tatsächlich einige Downsides hat - dagegen gehe ich gar nicht an. Es kann dennoch ein Werkzeug im Gesamtrepertoire sein um den HA zu verlangsamen.

Für einige Zeit ja. Aber IMO nicht auf Dauer. Ich denke dass es der Punkt wo wir etwas anderer Meinung sind :)

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsl](#) on Sun, 14 Mar 2021 10:59:21 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 11:56 Marsl schrieb am Sun, 14 March 2021 11:44 Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 11:30 Marsl schrieb am Sun, 14 March 2021 10:47 Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 10:20 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 19:43 Tom10 schrieb am Sat, 13 March 2021 18:51 Marsl schrieb am Sat, 13 March 2021 17:55 Ohne Mangel brauchst du auch nichts supplementieren. Wenn du deine Werte kennst, dann passt das ja. :thumbup:

Wenn Fin für dich keine Option ist und du bereits deine Erfahrungen mit Minox hast, dann wüsste ich nicht was noch wirklich eine Wirkung erzielen könnte und auf dem Markt ist.

Lies dich mal ein wenig zu Microneedling (am besten mit einem Dermapen) ein und mit etwas Glück bist du vielleicht ein Responder, aber Wunder sollte man nicht erwarten.

Microneedling, was soll das bringen? Höchstens kurzfristig wenn überhaupt und für die Haut ist es auch schlecht

Inwiefern ist es schlecht für die Haut? Hast du da was greifbares? Ich würde starkes wounding z.b. immer versuchen zu vermeiden

Habe nie gesagt, dass es eine anerkannte Methode sei. Aber abgesehen von Minox, Fin und, mit Abstrichen, Ket ist zumindest die anekdotische Evidenz in Form von teils erfolgreicher Dokus auf verschiedenen englischsprachigen Foren vorhanden. Fast immer aber in Zusammenspiel mit Minox. Und wenn's am Ende nur dazu führt, dass höhere Mengen Minox systemisch (ähnlich oraler Aufnahme) gehen.

Na weil es alles nix viel bringt. Vielleicht einige Jahre das wars. Minox topical, Dermaroller, microneedling das gibts alles schon seit 20 Jahren. Niemand hat damit auf Dauer Erfolg!

Ich glaube es ist schwer zu zeigen, dass diese Behandlungsmethoden nur kurzzeitig wirken oder ob einfach der HA verursacht durch DHT-Sensitivität Überhand nimmt. Komplette ohne Minox etc. könnte der HA theoretisch schon weiter fortgeschritten sein.

Ich denke das dürfte wissenschaftlich unglaublich aufwändig sein zu untersuchen, daher stehen diesbezüglich nur Hypothesen im Raum.

Gedankenspiel:

Vielleicht ist man mit der regelmässigen Anwendung von Minox nach 15-20 Jahren von NW1,5 auf NW3 gestiegen, obwohl man ohne Minox vielleicht bereits bei NW4 angekommen wäre. Hat Minox dann gewirkt - bzw. ist es ein Erfolg?

Tut mir leid aber du machst dir was vor. Man merkt dass die Verzweiflung recht gross ist bei den HA Geplagten und man versucht sich an jeden Strohalm zu klammern. Das einzige Mittel was nachweislich auf Dauer was bringen kann ist Fin.

Du weißt doch gar nicht, was ich anwende und was nicht. Tut auch nichts zu Sache persönlich zu werden.

Ich ging nur auf mögliche Behandlungsmethoden ein, da für den TE unter anderem Fin keine Option ist.

Fin ist der Goldstandard. Dann kommt lange nichts, aber an 2. Stelle ist nach allgemeinem Konsens meines Wissens nach Minox zu finden. Das von der Wirkkraft doch tatsächlich einige Downsides hat - dagegen gehe ich gar nicht an. Es kann dennoch ein Werkzeug im Gesamtrepertoire sein um den HA zu verlangsamen.

Für einige Zeit ja. Aber IMO nicht auf Dauer. Ich denke dass es der Punkt wo wir etwas anderer Meinung sind :)

Passt ;)

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [DB1981](#) on Sun, 14 Mar 2021 16:25:30 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@ Marsi: Klar ist FIN das wirksamste Mittel, hat mir auch 13 Jahre treue Dienste geleistet, aber Minox wird durchaus gepaart mit KET, Microneedling und vielleicht LLLT besser sein, als nichts zu machen! Und wer weiß, vielleicht ist die Follica-Geschichte oder Breezula (habe jetzt gelesen 2024 erhältlich in der EU) dann eine Alternative und vielleicht kommt dann 2028 was anderes - wer weiß das hier schon????? Und auch KEINER hier weiß, ob du nicht einige Jahre mit Minox gut fährst oder wie dein Haarausfall verläuft etc. - will sagen, ein Versuch ist es wert!

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [pilos](#) on Sun, 14 Mar 2021 16:30:24 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DB1981 schrieb am Sun, 14 March 2021 18:25 Und wer weiß, vielleicht ist die Follica-Geschichte oder Breezula (habe jetzt gelesen 2024 erhältlich in der EU) dann eine Alternative und vielleicht kommt dann 2028 was anderes - wer weiß das hier schon????? genau so ist es...man rettet seine follikeln bis dahin

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Marsl](#) on Sun, 14 Mar 2021 16:35:50 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DB1981 schrieb am Sun, 14 March 2021 17:25@ Marsi: Klar ist FIN das wirksamste Mittel, hat mir auch 13 Jahre treue Dienste geleistet, aber Minox wird durchaus gepaart mit KET, Microneedling und vielleicht LLLT besser sein, als nichts zu machen! Und wer weiß, vielleicht ist die Follica-Geschichte oder Breezula (habe jetzt gelesen 2024 erhältlich in der EU) dann eine Alternative und vielleicht kommt dann 2028 was anderes - wer weiß das hier schon????? Und auch KEINER hier weiß, ob du nicht einige Jahre mit Minox gut fährst oder wie dein Haarausfall verläuft etc. - will sagen, ein Versuch ist es wert!  
Ich glaube du verwechselst mich. Ich bin exakt der gleichen Ansicht. ;)

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Tom10](#) on Sun, 14 Mar 2021 16:43:23 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich denke es wird auf absehbare Zeit kein Game changer kommen. Die Verzweiflung ist gross hier man hofft schon bei Sachen die bei Mäusen eine Wirkung zeigt. Zwischen Menschen und Mäusen besteht ein kleiner Unterschied :) . Breezula etc das ist auch nix wirklich neues. Alte Süpchen wie Dermaroller werden mittlerweile wieder aufgeköcht was schon vor 20 Jahren sich nicht durchgesetzt hat. Ein erbärmlicher Zustand alles. Etliche Jahre immer wieder das gleiche Spiel, neue junge User kommen und wollen hoffen. Aber man sagt ja die Hoffnung stirbt zuletzt :)

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Wiener1983](#) on Sun, 14 Mar 2021 17:08:57 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wieso rettet man mit Fin seine Folikel bis dahin?

Mit nem transgender regime kommen doch auch wieder vermeintlich tote folikel wieder zum Vorschein. Wobei das noch nicht einmal daran liegt die androgene zur Gänze auszuschalten...

\*\*\*Edit. Verstoß gegen die Forenregeln > Netiquette!\*\*\*

Der Tod sitzt im darm. Weiter ausführen möchte ich das auch nicht denn hier sitzen zu viele vermeintliche Experten....

Eine vernarbende Alopezie wird im Regelfall schwer rückgängig zu machen sein... solche erkennt man auch als Laien sofort.... alles andere ist fix machbar

Wie gesagt, ich bin jetzt nicht konvertiert und spreche nach Norwoods Regeln.... weiß aber zu 100% dass es vom darm und dem mikrobiom einhergehen... sprich dünndarmfehlbesiedlung,

candida etc.

Warum haben so viele Bodybuilder haarausfall und warum hat der andere keinen... massiver zucker, insulinresistenz, fettleber und irgendwie muss der Körper dann entgiften...als über das größte organ... die haut...

Warum können in haarfollikeln, sorry Haaren, Drogen über einen sehr langen Zeitraum nachgewiesen werden...

Ok. Kein Bock mehr heute ... bin raus

Ps. Klar... wurde schon tausendfach durchgekaut...dennoch mal nach SIBO bzw ddfb googlen

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [DB1981](#) on Sun, 14 Mar 2021 17:14:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Was ist dein Vorschlag, er macht gar nichts und lässt die Haare ausfallen?! Das ist doch auch Mumpitz und by the way, FIN ist schon ein Game Changer, mir ist 13 Jahre der Status komplett erhalten geblieben, kann halt beschissene Nebenwirkungen haben! Du machst du selbst halbjährlich PRP, was wahrscheinlich auch nur wirkt, weil du quasi null Haarausfall hast! Habe das schon durch - null Wirkung! LLLT hast du auch gestartet! Nicht böse gemeint, aber ich verstehe nicht, wieso man den Leuten dann mögliche Helferlein schlecht redet?!

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [Tom10](#) on Sun, 14 Mar 2021 17:44:31 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DB1981 schrieb am Sun, 14 March 2021 18:14Was ist dein Vorschlag, er macht gar nichts und lässt die Haare ausfallen?! Das ist doch auch Mumpitz und by the way, FIN ist schon ein Game Changer, mir ist 13 Jahre der Status komplett erhalten geblieben, kann halt beschissene Nebenwirkungen haben! Du machst du selbst halbjährlich PRP, was wahrscheinlich auch nur wirkt, weil du quasi null Haarausfall hast! Habe das schon durch - null Wirkung! LLLT hast du auch gestartet! Nicht böse gemeint, aber ich verstehe nicht, wieso man den Leuten dann mögliche Helferlein schlecht redet?!

Nee nee ich fass das nicht böse auf :) Na mein Punkt war eher dass es nix neues gibt und auf weiteres wohl nicht geben wird. Auf Fin war das nicht bezogen, das Mittel gibts ja schon seit 25 Jahren oder so. ;) Ja LTT, da fehlts mir ein bisschen an der Disziplin momentan oder ich vergess es halt wieder :lol:

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [DB1981](#) on Sun, 14 Mar 2021 18:29:58 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Was besseres als FIN werden wir wahrscheinlich die nächsten 10 Jahre nicht unbedingt sehen, aber wenn man NW 4 oder 3 Vertex z. B. 2024 erreicht und der Breezula-Mist tatsächlich Stuserhalt bzw. extreme Verlangsamung ermöglicht, dann kann man bei einem guten Anbieter definitiv den Schritt einer HT Wagen! Werde jetzt 40 und würde es mich gegenwärtig noch nicht getrauen, weil ich erstmal warten möchte was Breezula oder Follica kann! Aber am Ende des Tages muss man vielleicht mal mutig sein und es wagen. Mit Microhaarpigmentierung könnte man zur Not einer verpfuschten Donor bzw. Empfängerbereich wieder aufhübschen, wenn der Ausfall doch wieder startet oder die Mist bauen! Übrigens jeden 2 Tag momentan 30 Minuten LLLT - bald trage ich einen Afro mit Kamm drin! :D:'-(:-(:'D

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [stanton](#) on Mon, 15 Mar 2021 13:24:40 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Spannende kontroverse Diskussion.

Tom10 schrieb am Sun, 14 March 2021 17:43 neue junge User kommen und wollen hoffen. Damit kann nur ich gemeint sein :d, darum anstelle von viel Text nun also mal die knallharten und brutalen Fakten. Draußen bei bedecktem Himmel aufgenommen, bitteschön:

Nachdem ich sonst ja immer nur die Front im schmeichelhaft getönten Spiegel sehe, bin ich sogar etwas überrascht, wie es von oben aussieht. Da zeige ich glatt noch etwas mehr Haut als geahnt. Nun weiß ich auch, was die Friseurin meinte. ;)

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [DB1981](#) on Mon, 15 Mar 2021 13:36:37 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bin ja kein Experte, sieht aber nach diffuser Ausdünnung aus, bei mir sieht man schon eher das sich abzeichnende Muster! Ich würde aber definitiv mal starten, aber ich finde es eben dann auch so schwer mit einer möglichen HT, weil wahrscheinlich die noch bestehenden Haare eher auch geschädigt werden könnten. Aber mit 50 würde ich auch das vielleicht machen, wenn es mich stört, natürlich nach vorherigem Check was der Donor ermöglicht!

---

---

Subject: Aw: Spezieller Fall - lässt sich noch irgendwas retten bei mir?

Posted by [stanton](#) on Mon, 15 Mar 2021 19:50:15 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

So habe ich das, erst recht kein Experte, auch gedeutet, als ich die "Vogelperspektive" sah.

Diffuse Ausdünnung wird ja offenbar recht häufig auch mit Stress in Verbindung gebracht. Auf gewisse Weise ist ein rapider Gewichtsverlust, so gesund er langfristig auch ist, auch Stress für den Körper. Und mehr Sport bedeutet möglicherweise auch mehr Cortisolausschüttung. Vielleicht sind das Faktoren, die die Sache sogar etwas beschleunigt haben, trotz besserer Fitness. Aber ist sicher nur ein Randaspekt neben den genetischen Faktoren.

Ernährung ist, wie schon geschrieben, ziemlich perfekt mittlerweile. Wobei natürlich immer die Frage ist, wie gut die aufgenommenen Mikronährstoffe dann auch verstoffwechselt werden und inwieweit sie an ihrem Bestimmungsort ankommen. Darmflora war ziemlich geschädigt vor einigen Jahren. Vielleicht sinnvoll, das auch mal wieder abchecken zu lassen, der Aspekt wurde weiter oben ja auch angeschnitten.

Was die "Klassiker" in Sachen Vitaminen und Mineralstoffen anbelangt, die im großen Blutbild enthalten sind, liegt aber zumindest kein nachweisbar Mangel vor. Speziell die Werte der B-Komplexe waren enorm hoch. Sind aber wohl sicher alles maximal Nebenkriegsschauplätze, schon klar.

---